

برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی  
را در سایت زیر تماشا فرمایید.

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)





## پیغام عشق

قسمت هزار و پانصد و هفتم





آقای حسام از مازندران



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس ، موضوع برنامه ۹۸۸ گنج حضور، بخش اول

رحمتی، بی علتی بی خدمتی

آید از دریا، مبارک ساعتی

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۴

رحمت، لطف و کمک از دریای زندگی می آید بدون هر علتی که با سبب‌سازی ذهن باشد و بدون آن که خدمتی کنیم، در ساعتی مبارک؛ یعنی آن موقعی که منبسط می‌شویم و مرکزمان عدم است.

نکته: آمدن رحمت ایزدی منوط به سبب‌سازی شما نیست که در ذهنتان بگویید من باید این کار یا آن کار را بکنم تا خداوند به من لطف کند. نه، سخاوتمندی خداوند بی‌نهایت است و دائماً می‌بخشد.



اللّٰهُمَّ كَرِّدِ دَرِيَابَارِ كَرِّدِ  
كِرْچِه بَاشنَد اَهْلِ دَرِيَابَارِ زَرْدِ  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۵

-دریابار: کنارِ دریا، ساحلِ دریا

ای انسان، تو را به خدا، تو را به خدا، گرد عارفانی بگرد که چون مولانا مانند باران سیل آسا هستند و دریای زندگی را می بارند. گرچه روی چنین کسانی که نزدیک دریای خداوند هستند، مرتب او را می بینند، دائماً فضاگشایی می کنند و لحظه به لحظه تسلیم می شوند، زرد است؛ یعنی عاشق اند. اما این زردی روی عاشقان خوب است و پوستشان شفاف به زندگی است.

نکته: اگر شما مرتب بیت‌های مولانا را بخوانید با این کار به خودتان خیلی لطف می‌کنید؛ زیرا اهل دریا بار می‌شوید. شما فهمیده‌اید که باید از صحرای ذهن بیرون بروید و نزدیک دریای خداوند زندگی کنید. یعنی همیشه مرکزتان عدم باشد، هشیاری ناظر و به زندگی وصل باشید، خدا را ببینید و از جنس او شوید.

تا که آید لطف بخشایشگری

سرخ گردد روی زرد از گوهری

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۳۶۲۶

تا لطف بخشایشگر و لطف زندگی بیاید و روی زرد و مریض من‌ذهنی را سرخ و سالم کند. تا زندگی به تو عشق، خرد، آرامش، هدایت، قدرت و شادی بی‌سبب بدهد. [تا تو خود زندگی را حس کنی، موشِ ذهن زندگی تو را ندزد و مسئله‌ها زندگی‌ات را تلف نکنند.]



نکته ۱: مردم مرتب مسئله ایجاد می کنند و ایجاد مسئله نه تنها خود فرد را به گرفتاری می اندازد، بلکه در خانواده هم اغتشاش ایجاد می کند. فرزندى که بپراهه می رود و پدر و مادر را ناراحت می کند بقیه اعضای خانواده را هم نگران می کند.

نکته ۲: کسی که من ذهنی دارد، این مسئولیت را به عهده نمی گیرد که چهار بُعدش را حفظ و مراقبت کند، با تکرار ابیات ورزش ذهنی ندارد و جسم و هیجانانش را ورزش نمی دهد. شما باید خشمتان را بسنجید و آن را تبدیل به عشق کنید، کینه را تبدیل به دوست داشتن کنید و رنجش هایتان را ببخشید، این ها همه ورزش هستند.

سوی دریا عزم کُن زین آبگیر  
بحر جو و ترکِ این گرداب گیر  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۲۲۳۴

ای انسان، از این آبگیر ذهن به سوی دریای زندگی برو و این جا نمان و از این گردابِ ذهن، فکرها و هیجانات تکراری، به سوی دریای یکتایی برو.



به مبارکی و شادی بستان ز عشق جامی  
که ندا کند شرابش که کجاست تلخ کامی؟  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۳۴

ای انسان، به مبارکی و شادی وقتی نزدیک دریای زندگی رفتی و برای اولین بار مرکزت عدم شد، از عشق و از این که با خداوند یکی شدی جام شراب بگیر. شراب شادی بی سبب و خرد زندگی که در تمام ذرات وجودت به ارتعاش درآمده و باید آن را جشن بگیری. این شراب با صدای بلند می گوید من ذهنی تلخ کام کجاست؟ یعنی تلخ کامی من ذهنی دیگر از بین رفته، زیرا من ذهنی از آن رو تلخ کام است که بی مراد می شود.

نکته: بی مرادی ها پیغام های زندگی هستند. اگر شما تلخ کام هستید، از خود بپرسید چرا من تلخ کام هستم؟ خواهید دید دلیل این تلخ کامی یک چیز ذهنی است. این از طرف خدا نیست، از فکر و عمل خودتان است.

به مبارکی و شادی چو نگارِ من درآید  
بنشین نظاره می کن، تو عجایبِ خدا را  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۶۳

[مولانا می گوید:] وقتی فضا را باز می کنم، کنار دریای خداوند زندگی می کنم و دریای او را می بینم، چقدر مبارک و شادی آور است. وقتی خداوند به مرکزت آمد بنشین و عجایب او را نظاره کن. بین چه تغییراتی در چهار بُعد تو به وجود می آورد و فکر و عمل تو که خرد زندگی به آن می ریزد، چگونه در بیرون کار می کند.

نکته: اگر ما تمام مردم را یک هشیاری ببینیم و خودمان را به عنوان زندگی در مردم ببینیم، این عشق است، این مبارک است، این شادی آور است، آیا واقعاً دیگر در زندگی مان مسئله ایجاد می شود؟ خیر، در این حالت خرد کل، اداره امور ما را به عهده می گیرد.



بتِ من ز در درآمد، به مبارکی و شادی  
به مرادِ دل رسیدم، به جهانِ بی‌مرادی  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۸۴۲

[مولانا از زبان انسان می‌گوید:] وقتی پهلوی دریای زندگی رفتیم، «بت من» که خداوندست از در درآمد و این مبارک و شادی‌آور است. من به «مرادِ دل» خود رسیدم، از من ذهنی بیرون پریدم، به بی‌نهایت و ابدیت خداوند زنده شدم و فهمیدم که این جهان جهانِ بی‌مرادی است. [یعنی شما از هر چیزی که ذهنتان نشان می‌دهد مراد بخواهید به شما مراد نخواهد داد. دلیل روشن آن این است که بفهمید باید از آن چیز دست بردارید و آن را به مرکزتان نیاورید.]

نکته: شما تجربه کرده‌اید که اگر آدم‌ها و چیزها را به مرکزتان بیاورید، به شما درد می‌دهند. مثلاً اگر قبلاً فردی را به مرکزتان آوردید، بالاخره رابطه‌ی شما به هم ریخت و شما با درد زیاد از او جدا شدید. ولی وقتی از طریق عشق، دیدن یک زندگی در خود و دیگران وارد رابطه‌ای شدید، این روش کار می‌کند. یکی از عجایب خدا این است که یک‌دفعه رابطه‌ی زن و شوهر که دائماً در کشمکش قدرت، کنترل و ستیزه بودند تبدیل به عشق می‌شود. آن‌ها همدیگر را دوست دارند، از دیدن هم خوشحال می‌شوند و دیگر از هم نمی‌گریزند و می‌خواهند هرچه بیشتر همدیگر را ببینند.



برگنم من میخ این منحوس دام  
 از پی کامی نباشم تلخ کام  
 -مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۶۲

من میخ این دامِ نحسِ ذهن و هم‌هویت‌شدگی‌ها را بر می‌گنم و دیگر به چیزهایی که ذهنم نشان می‌دهد توجه نمی‌کنم و بدین ترتیب به خاطر رسیدن به یک همانیدگی و کامی که ذهن نشان می‌دهد تلخ کام و بدبخت نمی‌شوم و آن چیزها را به مرکز نمی‌آورم. [من ذهنی یک دامِ منحوس است، چرا که انعکاس مرکز همانیده سبب می‌شود همیشه اتفاقات بد در چهار بُعد و در زندگی بیرونی انسان بیفتد.]  
 نکته: شما از هر چیزی بخواهی مراد بگیری بی‌مراد می‌شوی، برای این که زندگی می‌گوید باید از من مراد بگیری، تو نمی‌توانی از جسم‌ها مراد بگیری. شما باید با خواندن این ابیات خودتان را متقاعد کنید که میخ این دامِ منحوس من‌ذهنی را بکنید و از صحرای سوزان ذهن حرکت کنید به سوی دریای یکتایی بروید.

بِسْكَالٍ اَيْنَ حَبْلِی كِه حَرْصِ اسْتِ وَ حَسَدِ  
يَاد كُن فِی جِيدِهَا حَبْلٌ مَسَدٌ  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۷۶۴

-بِسْكَالٍ: بُوْغْسَل، پاره کن  
-حَبْلٌ: ريسمان

این ريسمانی را که از حرص و حسد من‌ذهنی ساخته شده‌است و تو را به هرچه بیشتر بهتر، زیاد کردن همانیدگی‌ها، زندگی خواستن از آن‌ها، مقایسه خود با من‌های ذهنی و حسادت می‌کشاند پاره کن و آیه «و بر گردن ريسمانی از لیف خرما دارد» را بارها بخوان. [انسان در ذهن خرما نمی‌خورد یعنی از شادی و برکات زندگی برخوردار نمی‌شود، بلکه از لیف یا آن تارهای درخت خرما ريسمانی به گردنش بسته شده و او را به سمت همانیدگی‌ها می‌کشاند و زندگی‌اش را تبدیل به درد می‌کند.]



نکته: ما باید با فضاگشایی از فضای ذهن حرکت کنیم به کنار دریای یکتایی برویم. این کار با سبب‌سازی ذهن و روش‌های ذهنی امکان‌پذیر نیست.

– قرآن کریم، سوره لهب (۱۱۱)، آیه ۵-۳  
– «سَيَصْلَىٰ نَارًا ذَاتَ لَهَبٍ»  
«زودا که به آتشی شعله‌ور درافتد.»

– «وَ امْرَأَتُهُ حَمَّالَةَ الْحَطَبِ»  
«و زنش هیزم‌کش است.»

– «فِي جِيدِهَا حَبْلٌ مِّن مَّسَدٍ»  
«و بر گردن ریسمانی از لیف خرما دارد.»

[وقتی ما با چیزها همانیده می‌شویم، با آوردن چیزها به مرکزمان به‌زودی به درد می‌افتیم، هیزم‌کش آتش دردهای خود می‌شویم و دردهای مان را زیاد می‌کنیم. ما در ذهن خرما نمی‌خوریم، بلکه در پیچ و تاب تارهای من‌ذهنی مثل حرص و حسد، دردها و بقیه‌ خاصیت‌های من‌ذهنی، بسته شده و نمی‌توانیم تکان بخوریم و خود را به بدبختی می‌اندازیم.]

همچو مُسْتَسْقٰی کز آبش سیر نیست  
 بر هر آنچه یافتی بِاللّٰه مایست  
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۰

-مُسْتَسْقٰی: آن که بیماری استسقا دارد و هرچه قدر آب می‌نوشد، تشنگی‌اش برطرف نمی‌گردد.



بنابراین ای انسان، تو نیز همچون تشنه‌ای باش که هرچه آب می‌نوشد سیراب نمی‌گردد، یعنی هرچقدر بیشتر فضاگشایی کنی و رحمت ایزدی را دریافت کنی از این کار سیر نشو. تو را به خدا، که در این راه به هر چیزی دست یافتی قانع نشو و فضاگشایی را ادامه بده.

نکته: ما ضمن این که روی فرم‌ها و در دنیا موثر هستیم، خلاقیت داریم، کار می‌کنیم ولی آگاهیم که نیروی عظیم خدا ما را اداره می‌کند. ما از یکی شدن با خدا و نگاه کردن به دریای یکتایی سیر نمی‌شویم.

بی‌نهایت حضرت است این بارگاه  
صدر را بگذار، صدرِ توست راه  
-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۹۶۱

بارگاه خداوند بی‌نهایت راه است و تو به صدر این کار نمی‌رسی. یعنی تو هرچقدر هم که بزرگ شوی باز به خداوند نمی‌رسی، باید فضا را همیشه و مرتب باز کنی. نگو رسیدم، جایی نیست که ما برسیم. صدر مجلس ما یا اندازهٔ سینهٔ گشوده‌شدهٔ ما، راه است.



پس تو هم أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ گو  
گر دلی داری، برو دلدار جو  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۳۰۱۰

-أَلْجَارُ ثُمَّ الدَّارُ: اول همسایه بعد خانه (مَثَل)

«پس تو نیز به حقیقت این ضرب‌المثل ایمان آور و آن را بخوان: «اول همسایه، بعد خانه.»  
بنابراین تو که از جنس هشیاری حضور هستی، بین که اکنون همسایه‌ات یک من ذهنی است یا خدا،  
مولانا و فضای گشوده‌شده؟»

نکته: شما از خود پرسید این همسایه‌ام کیست؟ من الآن من ذهنی‌ام را می‌بینم یا نه در فضای  
گشوده‌شده خداوند را می‌بینم؟ شما نباید تقلید کنید، تنها کار ما فضاگشایی است که اسمش ذکر خدا  
است، برگشتن به سوی دریا و همان اصطلاح «ارجعی» است.

أذْكُرُوا اللَّهَ كَرِهَ أُولَئِكَ أَنْ يُدْعَىٰ بِهِ  
أَرْجَعِي بِرِجَالِكُنَّ إِلَىٰ الْبَنَاتِ  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۲

-قلاش: بیکاره، ولگرد، مفلس

ذکر خدا و او را بسیار یاد کردن که نماد فضاگشایی و برگشت به سوی اوست کار هر من ذهنی نیست. و بازگشت از من ذهنی به سوی خدا که با اصطلاح «ارجعی» بیان می شود کار هر بی سروپایی نیست. [لحظه به لحظه خداوند با ایجاد اتفاقات و فرستادن پیغام می گوید که یک چیزی یاد بگیر و به سوی من برگرد. ما هم پندار کمال داریم، می گوییم که می دانیم و هیچ چیزی یاد نمی گیریم.]



نکته: درست است که در من ذهنی ما گفته‌های خودمان و دیگران را خیلی جدی می‌گیریم، ولی مولانا برای لفظ اعتباری قائل نیست. چون لفظ و عباراتی که به زبان گفته می‌شود، از تغییرات فشارِ هوای دهان ایجاد شده و هیچ ارزشی ندارد. این هشجاری جسمی روی باد سوار است. شما هم از لفظی که به وسیلهٔ مردم ادا می‌شود نه خشنود و نه خشمگین شوید. اگر شما از جنس زندگی باشید، حرف‌های مردم روی شما اثر ندارد.

–قران کریم، سورهٔ احزاب (۳۳)، آیهٔ ۴۱  
–«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا.»

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خدا را فراوان یاد کنید.»

لیک تو آیس مشو، هم پیل باش  
ورنه پیلی، در پی تبدیل باش  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۷۳

-آیس: ناامید، مایوس

ولی تو ای انسان، ناامید نشو و از جنس زندگی باش یعنی لحظه به لحظه فضا را باز کن و از جنس فضای  
گشوده شده باش. اگر هم از جنس زندگی نیستی، سعی کن به او تبدیل شوی.



نکته: برای تبدیل شدن به خدا شما باید مرکزتان را عدم کرده و فضاگشایی کنید تا زندگی که هر لحظه در کار جدید است این تبدیل را انجام دهد. ما نباید اشتباه کنیم که در اثر سبب‌سازی، علت و معلول کردن ذهنی و با امتحان کردن خداوند می‌توانیم به او تبدیل شویم. ما باید بفهمیم که این سبب‌سازی‌های ذهنی، پشت‌سرهم قرار دادن کارها و حدس زدن نتیجه کار بعضی مواقع در انجام کارهای این‌جهانی جور درمی‌آید، ولی کلاً در ارتباط با «قضا و کُن فکان» و این که خداوند چه جوری کار می‌کند، چه تصمیمی می‌گیرد و الآن چه چیزی برای ما مناسب‌ترین است جور در نمی‌آید.

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها

گوینده: حسام



آقای حسام از مازندران





خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس ، موضوع برنامه ۹۸۸ گنج حضور، بخش دوم

همچو قومِ موسی اندر حرّ تیه  
مانده‌ای بر جای، چل سال ای سفیه  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۸

-حرّ: گرما، حرارت  
-تیه: بیابان شن‌زار و بی آب و علف، صحرای تیه بخشی از صحرای سینا است.  
-سفیه: نادان، بی‌خرد

ای انسان نادان، تو مانند قوم موسی که چهل سال در گرمای صحرا ماندند و عاقبت هم نتوانستند  
راهشان را بیابند، در فضای ذهن و دردهای حاصل از همانیدگی‌ها مانده‌ای و در ذهنت زندانی هستی.

نکته: ما با سبب‌سازی و الگوهای ذهنی نمی‌توانیم از ذهن خارج شویم بلکه ما تنها با فضاگشایی و آوردن زندگی به مرکزمان می‌توانیم به فضای یکتایی برویم. ما باید دائماً عملکرد خودمان را نظارت کنیم که آیا من فضا را باز می‌کنم یا می‌بندم؟ منقبض می‌شوم یا منبسط می‌شوم؟ ما باید این‌ها را عملاً در خودمان تماشا کنیم.



می روی هر روز تا شب هروله  
خویش می بینی در اول مرحله  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۸۹

-هروله: تند راه رفتن، حالتی بین راه رفتن و دویدن

هر روز از صبح تا شب با عجله پیش می روی و با سبب سازی ذهن تندتند فکر و عمل می کنی اما همین که  
به خودت می آیی، می بینی که سر جای اولت هستی و از من ذهنی ات چیزی کم نشده و تمام زندگی ات را  
تبدیل به درد، مانع، مسئله و دشمن کردی.

نکته: ما هم فرداً و هم جمعاً قطب می‌سازیم. با بی‌عقلی من‌ذهنی یک مسئله بزرگ جمعی ایجاد کرده و دو قطب مخالف ایجاد می‌کنیم. در هر قطب یک سری آدم قرار می‌گیرند و با هم می‌جنگند. این‌جا دیگر عشق و خرد نیست. اگر شما در زندگی فردی به خودتان نگاه کنید خواهید دید که یکسری دوست و یکسری دشمن دارید، مدام در حال ایجاد قطب و در جنگ و ستیز هستید. حتی این قطب قرار دادن به زندگی زناشویی هم می‌رسد. در خانواده زن و مرد مدام قطب همدیگر شده و با هم دعوا می‌کنند. بدین ترتیب من‌ذهنی دردساز و دردخواه مفت و مجانی درد درونش را تغذیه کرده و آن را زیاد می‌کند.



نگذری زین بُعد، سیصدساله تو  
تا که داری عشقِ آن گوساله تو  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۷۹۰

تا زمانی که به گوساله من ذهنی عشق می‌ورزی، از آن دفاع می‌کنی، ادعای می‌دانم، پندار کمال و ناموس داری، چیزها به تو بر می‌خورند و از دیگران انتظار تأیید، توجه و قدرشناسی داری حتی اگر سیصد سال هم بگذرد نمی‌توانی از این ذهن آزاد شوی.

نکته: ما باید عشق این گوساله را که دائماً درد ایجاد می‌کند از مرکزمان بیرون کنیم و بگوییم من این من ذهنی و خواسته‌هایش نیستم، من از همانیدگی‌ها زندگی نمی‌خواهم و اصلاً ذهن نمی‌تواند به من چیزی بدهد. اگر مردم به من لقب استادی، سروری، قهرمانی، پهلوانی، شاهی، بدهند این‌ها همه مزخرفات است و من به آن‌ها گوش نمی‌دهم.

علتی بتر ز پندارِ کمال  
نیست اندر جانِ تو ای ذودلال  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۴

-ذودلال: صاحبِ ناز و کرشمه

ای من ذهنی عشوه‌گر که هم خود و هم دیگران را فریب می‌دهی، زندگی را به درد تبدیل کرده و باعث می‌شوی دیگران فکر کنند من ذهنی هستم، در جان تو هیچ مرضی بدتر از «می‌دانم» و پندارِ کمال که خود را کامل تصور می‌کنی وجود ندارد.

نکته: ما به عنوان من ذهنی همدیگر را تشویق می‌کنیم که من ذهنی شویم و اگر از جنس زندگی باشیم مردم را تشویق می‌کنیم که از جنس زندگی شوند.



کرده حق ناموس را صد من حدید  
ای بسی بسته به بند ناپدید  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰

-حدید: آهن  
خداوند آبرو و حیثیت بدلی من ذهنی را که ناشی از پندار کمال است، همانند صدمن آهن کرده و به صورت  
زنجیری نامرئی بر دست و پای هشیاری انسان بسته است.

نکته ۱: ما به دلیل ناموس و پندار کمال لحظه به لحظه کمک خداوند را رد می کنیم، تسلیم نمی شویم، از  
اتفاقات چیزی یاد نمی گیریم و فقط ناله و شکایت می کنیم.

نکته ۲: «پندار کمال و می دانم» دائماً مسئله ایجاد می کند و جلوی مردم می گذارد. می گوید من مسئول نیستم و برای مسائلی که خودش ایجاد کرده، دیگران را ملامت می کند. ناموس یک بند ناپدید است که دست و پای ما را بسته و ایجاد درد همراه چنین بافتی ست.

نکته ۳: هر کسی که من ذهنی دارد، درد هم دارد. دردهایی شبیه حسادت، تنگ نظری، عدم رواداشت، رنجش، خشم، کینه جویی و چیزهایی مثل اضطراب، ترس از آینده، احساس گناه، حس خبط و اشتباه، فراموش نکردن اشتباهات و اذیت کردن خود خاصیت‌های پندار کمال هستند. گاهی اوقات پندار کمال می نشیند و تظاهر می کند هیچ دردی ندارد.



در تگِ جو هست سرگین ای فتی  
گرچه جو صافی نماید مر تو را  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹

-فتی: جوان، جوان مرد  
ای انسان، زیر ظاهر آرامِ تو دردهای زیادی وجود دارد که با کوچک‌ترین اتفاق و کمترین حرف بالا  
می‌آیند، می‌رنجی و واکنش نشان می‌دهی.

نکته: باید توجه کنید که همهٔ این دردها باید از بین بروند. اگر این دردها وجود داشته باشند، شما  
نمی‌توانید از ذهن به دریای یکتایی سفر کنید و خدا را ببینید. شما به خودتان نگاه کنید اگر درد دارید، باید  
دردهایتان را بیندازید. ما پُر از کینه و انتقام‌جویی هستیم. یک ذره کینه در شما یعنی ندیدن خداوند، یعنی  
بی‌ایمانی.

حُكْمِ حَقِّ گَسْتَرْدِ بَهِرِ مَآ بَسَاطِ  
كِه بَگَوِیْدِ اَز طَرِیْقِ اِنْبَسَاطِ  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۲۶۷۰

-بساط: هر چیز گستردنی مانند فرش و سفره

خداوند برای ما خاصیت فضاگشایی و مرکز عدم را قرار داده و به ما حکم کرده است که هر لحظه در اطراف وضعیت‌ها و چالش‌های زندگی از طریق انبساط و فضاگشایی سخن بگوییم و عمل نماییم.



نکته: هر دفعه که چیزی به شما برمی خورد شما دارید منقبض می شوید. در این حالت پیغام انقباض را بگیرید، بفهمید که دارید اشتباه می کنید، باید هشیار باشید و اشکال خود را بفهمید. شما نباید خودتان را در بست در اختیار من ذهنی بگذارید و اجازه دهید که هر کاری می خواهد بکند و عصبانیت را یک امر طبیعی بداند. شما قبل از این که عصبانی شوید، موقع عصبانیت یا حتی حین عصبانیت یا یک لحظه بعد از آن در خود ببینید که چه اشکالی دارید، اشکالتان را بفهمید و عذرخواهی کنید قبل از این که خرابکاری کنید چرا که هر موقع ما منقبض می شویم، یک ضرر به خودمان، به چهار بعدمان، حتی به منافع مادی مان در بیرون می زنیم.

چون ملایک گوی: لا عِلْمَ لَنَا

تا بگیرد دستِ تو عِلْمَتَنَا

—مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰

ای انسان، فضا را بگشا و مانند فرشتگان بگو: نمی‌دانم تا این لحظه زندگی به تو خرد و دانش بدهد و دستت را بگیرد.

—قرآن کریم، سوره بقره (۲)، آیه ۳۲

—«قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ.»

«گفتند: منزهی تو. ما را جز آنچه خود به ما آموخته‌ای دانشی نیست. تویی دانای حکیم.»



دَمِ او جان دهدت رو ز نَفَخْتُ بپذیر  
کار او کُنْ فیکون است نه موقوفِ علل  
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۳۴۴

-نَفَخْتُ: دمیدم

ای انسان، وقتی با فضاگشایی مرکزت را عدم می کنی، دَم یا خرد زنده کننده زندگی می آید و وارد وجودت شده و به تو جان می بخشد. این تغییر و تحول به وسیله ذهن قابل فهم نیست. برو این را از آیه «نَفَخْتُ»، «روح خود را در تو دمیدم» بپذیر، چراکه خداوند از طریق «کُنْ فَکان» که می گوید: «بشو و می شود» عمل می کند و کار او موقوف عمل کردن بر حسب همانیدگی ها، سبب سازی و حيله گری ذهنی نیست.

نکته ۱: عقل ما براساس قانون هرچه بیشتر بهتر است و ما آن را از جامعه یاد گرفته‌ایم که اگر زرنگ باشیم باید چیزهای همانیده را زیادتر کنیم این سبب‌سازی و حيله‌گری ما در ذهن است که با «قضا و کُن فکان» اصلاً جور در نمی‌آید.

نکته ۲: کسی که معتقد به «قضا و کُن فکان» در تئوری و در عمل باشد، وقتی بی‌مراد می‌شود قضا را باز می‌کند، ناله و شکایت نمی‌کند و دائماً می‌گردد که عیبش چیست. اما من ذهنی همیشه عیب دیگران را جست‌وجو می‌کند. ما لحظه‌به‌لحظه دنبال عیب خودمان هستیم و خداوند آن‌ها را به ما نشان می‌دهد.

نکته ۳: این تن ما مثل مسافرخانه است، هر لحظه یک پیغام می‌آید. اگر در خودمان حاضر باشیم پیغام را می‌گیریم و خودمان را درست می‌کنیم. شما باید لحظه‌به‌لحظه حواستان روی درست کردن خودتان باشد. اصلاً نگران تغییر فرزندتان یا این و آن نباشید. شما خودتان را درست کنید، با درست کردن خودتان می‌بینید که دیگران هم عوض می‌شوند! عوض شدن دیگران مستلزم عوض شدن ماست.



چون ز بی صبری قرینِ غیر شد  
در فراقش پُر غم و بی خیر شد  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۷

-بی خیر: بی بهره

انسان از روی بی صبری و نماندن در این لحظه به زمان مجازی افتاده و قرین من ذهنی می شود و دچار عجله و استرس می گردد. همین که آدمی با هر کس و هر چیزی غیر از خدا قرین شود از زندگی جدا می گردد و در فراق خداوند پر از غم و درد شده و به موجودی بی بهره و بی خیر تبدیل می گردد و هیچ اتفاق خوبی برایش نمی افتد.

نکته: وقتی من ذهنی یک چیزی را می‌خواهد و باید در آینده به آن برسد یک فاصله و شکافی بین خودش و آن چیز احساس می‌کند، می‌خواهد هرچه زودتر به آن برسد اما این با سبب‌سازی ذهنی امکان‌پذیر نیست چراکه هر چیزی تابع «قضا و کُنْ فَکَانَ» است بنابراین گاهی به دست آوردن و رسیدن به مقصود طول می‌کشد، انسان بی‌مراد شده و گاهی اصلاً به آن نمی‌رسد و دچار استرس زیادی می‌شود.



صُحبتِ چون هست زَرِّ دَهْدَهی  
پیشِ خاینِ چون امانت می‌نهی؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۸

-زَرِّ دَهْدَهی: طلای ناب

ای انسان، چون صحبت و همنشینی با تو که از جنس خدا هستی مانند طلای خالص، ارزشمند و گران‌بهاست، چرا آن را پیشِ من‌ذهنیِ خائنِ خودت و دیگران به امانت می‌گذاری و عمر و زمانت را صرفِ آن‌ها می‌کنی؟ [یعنی می‌روی از یک من‌ذهنی می‌پرسی که عمر و زندگی‌ات را چگونه صرف کنی و چگونه زندگی کنی. او هم می‌گوید آن را تبدیل به درد، مسئله و مانع کن. برای همین است که در زندگی‌ات این‌قدر مانع، گرفتاری و مسئله داری.]

خوی با او کن کامانت‌های تو

ایمن آید از اُفول و از عتو

—مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۱۹

—عتو: مخفف عتو به معنی تعدی و تجاوز

ای انسان، بگو که من از جنس الست هستم و به خدا تبدیل شو و با او خو کن تا امانت‌های تو که هشیاری خالص و زندگی توست، از تجاوز و تعدی، فرو شدن و از حیف و میل و زیر پا له شدن در امان بماند.

نکته: من ذهنی به زندگی ما تجاوز می‌کند، هر کار خیر و نیکی را مضایقه کرده و همه چیز را به درد تبدیل می‌نماید، علت این خرابکاری‌هایش هم این است که ما بفهمیم من ذهنی نیستیم.



خوی با او کن که خو را آفرید  
خوی‌های انبیا را پرورید  
-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۴۲۰

با خداوندی خو کن که خوی را آفریده است. و بگذار خوی خوب را در تو جایگزین خوی بد کند. اوست که خوی‌های انبیا را پرورش داده است.


با تشکر:  
کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها  
گوینده: حسام



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود







**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی  
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

**[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)**